

## Menu 11

Potage Lamballe

Carré de porc rôti, carottes "Vichy", P. boulangère

Moelleux au chocolat, sauce anglaise



## Potage Lamballe

### Introduction

Lamballe est une commune française, située dans le département des Côtes-d'Armor et la région Bretagne. Depuis le 1er janvier 1973, les communes de Lamballe, Maroué, La Poterie, Saint-Aaron et Tréguimar sont réunies en une seule et même commune qui a pris le nom de **Lamballe**.

On y produit des pots en terre cuite et cultive des petits pois.

- ⇒ Potage Lamballe à base de petits pois frais : potage vert clair
- ⇒ Potage Saint Germain à base de petits pois secs : potage vert foncé

Petits pois surgelés (mi-cuits) se rapprochent le plus des petits pois frais à cuire dans de l'eau bouillante salée. Quand on met les petits pois la température s'abaisse. Dès que ébullition = cuit

Le tapioca, aussi appelé perle du Japon est une fécule, utilisée en cuisine, produite à partir des racines du manioc amer (non consommable sans traitement) séchées puis traitées. Son goût est neutre. On l'utilise notamment comme épaississant pour les soupes et les desserts. Le mot emprunté au portugais vient du tupi et du guarani (langues indigènes du cône sud de l'Amérique et signifie résidu séché

### Fiche technique de fabrication

Bon d'économat pour 10 couverts

| No code                             | Produits                      | Qt    | U     | P.U. | Total |
|-------------------------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|
|                                     | Tapioca                       | 0,100 | Kg    |      |       |
|                                     | Poireaux                      | 1     | Botte |      |       |
|                                     | Oignon                        | 2     | Kg    |      |       |
|                                     | Céleri blanc branche          | 0,5   | Botte |      |       |
|                                     | Beurre                        | 0,300 | Kg    |      |       |
|                                     | Pain mie                      | 1     | Pc    |      |       |
|                                     | Cerfeuil                      | 0,100 | Kg    |      |       |
|                                     | Fond blanc de volaille "chef" | ...   | Kg    |      |       |
|                                     | Petits poids                  | 1,00  | Kg    |      |       |
| Prix total hors T.V.A. :            |                               |       |       |      |       |
| Nombre de couverts :                |                               |       |       |      | 10    |
| Prix de revient / cvt hors T.V.A. : |                               |       |       |      |       |

### Procédé de fabrication :

Clarifier le beurre destiné à frire les croutons (lors du cours, nous n'avons pas fait de croutons)

Nettoyer, émincer, suer les légumes (oignons, céleris, poireaux). On peut utiliser le début du vert de poreau pour la couleur verte.

Mouiller de fond blanc, petits pois, laisser cuire  
(conserver une partie des petits pois à cuire à l'anglaise pour la garniture)

Cuire le Tapioca à l'anglaise (20 à 25 gr au litre) en fin de cuisson rafraichir, réserver

Incorporer le tapioca poché, et laisser cuire jusqu'à disparition visuelle totale

Mixer au bazooka

Filtrer DEUX fois au chinois

Rectifier l'assaisonnement et la consistance, reporter à ébullition et écumer

Préparer les garnitures :

- Petits pois frais cuits à l'anglaise
- Peluches de cerfeuil réservées dans de l'eau froide

### Dressage

Mettre les petits pois dans le fond des bols

Verser le potage et garnir de cerfeuil

### Informations complémentaires

## Carré de porc roti carottes Vichy

### Introduction

Lors de la cuisson à basse température, il faut arriver à la température de coagulation

Température de différentes viandes déterminant l'état cuisson à lire via la sonde du four :  
(piquée au centre de la viande)

- ⇒ Rosbif saignant 50-55°C
- ⇒ Pain de veau 65°C
- ⇒ Carré de porc 65°C

Carottes Vichy sont cuites avec de l'eau de Vichy (déjà salée)

### Fiche technique de fabrication

Bon d'économat pour 10 c ouverts

| No code                             | Produits        | Qt    | U     | P.U. | Total   |
|-------------------------------------|-----------------|-------|-------|------|---------|
|                                     | Carré de porc   | 2,200 | Kg    |      |         |
|                                     | Carottes        | 1     | Kg    |      |         |
|                                     | Oignon          | 0,200 | Kg    |      |         |
|                                     | Céleri blanc    | 0,200 | Kg    |      |         |
|                                     | Persil          | 1     | Botte |      |         |
|                                     | Cresson         | 1     | Botte |      |         |
|                                     | Pommes de terre | 2,500 | Kg    |      |         |
|                                     | Beurre          | 0,500 | kg    |      |         |
|                                     | Fond blanc      | ...   | Kg    |      |         |
|                                     | Fond brun       | ...   | Kg    |      |         |
| Prix total hors T.V.A. :            |                 |       |       |      |         |
| Nombre de couverts :                |                 |       |       |      | 14 à 15 |
| Prix de revient / cvt hors T.V.A. : |                 |       |       |      |         |

### Procédé de fabrication :

Désosser complètement le carré de porc

Briquer la pièce de porc avec du fil alimentaire (voir vidéo)

Colorer la viande au beurre noisette sur chaque côté

Réserver sur une plaque à trous pour laisser égoutter la viande

Étaler la viande dans une plaque gastro

Ajouter une mirepoix de légumes : oignon, céleri, carotte dont on va extraire une sauce

Le principe de la cuisson à basse température :

- ⇒ Cuisson très lente pour obtenir une viande très tendre et garder le gout
- ⇒ Chaque viande a sa température de cuisson : Celle du porc étant 65°C, le four sera mis à 95°C
- ⇒ Une sonde mesure la température au centre du carré de porc
- ⇒ À la lecture de la valeur 65°C, on arrête la cuisson
- ⇒ On réserve au chaud à une température inférieure à 65°C



Eplucher et couper en biseau les carottes

Suer dans une russe, noix de beurre, sel, poivre thym, laurier S2, ail

Pommes de terre cuites à l'anglaise, arrêter à la 1<sup>ère</sup> ébullition.

Égoutter, placer dans une plaque gastro, fond blanc, oignon émincé et cuire au four.  
Couvrir à moitié

**Information complémentaire : dégraissage plaque gastro et sauce ?**

Dressage

Informations complémentaires





**Moelleux au chocolat**Introduction

Principe du 4/4 pas cuit au chocolat

Fiche technique de fabrication

Bon d'économat pour 14 à 15 moelleux

| No code                             | Produits      | Qt    | U  | P.U. | Total   |
|-------------------------------------|---------------|-------|----|------|---------|
|                                     | Beurre        | 0,375 | Kg |      |         |
|                                     | Chocolat      | 0,375 | Kg |      |         |
|                                     | Sucre S2      | 0,105 | Kg |      |         |
|                                     | Farine        | 0,105 | Kg |      |         |
|                                     | Œufs entiers  | 6     | Pc |      |         |
|                                     | Jaunes d'œufs | 6     | pc |      |         |
| Prix total hors T.V.A. :            |               |       |    |      |         |
| Nombre de couverts :                |               |       |    |      | 14 à 15 |
| Prix de revient / cvt hors T.V.A. : |               |       |    |      |         |

Procédé de fabrication :

Couper le beurre en morceau, ramollir en pommade

Ajouter les œufs, farine, S2 **(6 œufs entiers et 6 jaunes ???)**

Mélanger pour obtenir une masse homogène

Fondre le chocolat au bain marie et l'incorporer à l'appareil

Beurrer et fariner les formes (moules ou darioles)

Verser l'appareil dans les formes sans les remplir complètement

Mettre au frigo minimum 15 minutes

Cuire au four 180° très précisément 8 minutes avec darioles et dans les formes plus épaisses utilisées lors du cours : 9 à 10 minutes

Réaliser une crème anglaise (même procédé que pour la crème glace sans la crème fraîche)

Dressage

Démouler sur assiette et servir avec une crème anglaise

Récupérer les beignets à l'aide d'une écumoire

Dresser sur assiette et saupoudrer de S0

Glacer à la salamandre et servir chaud

Informations complémentaires



## Crème anglaise

### Fiche technique de fabrication :

Bon d'économat pour 1 masse

| No code                             | Produits          | Qt    | U  | P.U. | Total |
|-------------------------------------|-------------------|-------|----|------|-------|
|                                     | Lait              | 1     | L  |      |       |
|                                     | Sucre S2          | 0,250 | Kg |      |       |
|                                     | Jaunes d'œufs     | 6     | Pc |      |       |
|                                     | Gousse de vanille | 1     | Pc |      |       |
| Prix total hors T.V.A. :            |                   |       |    |      |       |
| Nombre de couverts :                |                   |       |    |      | 10    |
| Prix de revient / cvt hors T.V.A. : |                   |       |    |      |       |

### Procédé de fabrication :

Mélanger les 6 jaunes d'œuf et 250 gr de S2 jusqu'à obtention d'un ruban

Couper un bâton de vanille en deux et gratter les points noirs

Chauffer 1 litre de lait en y incorporant la vanille (points noirs compris)

A 90° (juste avant ébullition) verser le lait sur le ruban

Mélanger le tout à la spatule

Cuire à la nappe (napper la spatule) en mélangeant en permanence sans arriver à ébullition

Nappage : passer son doigt sur la spatule, lorsque le trait reste = ok

Enlever du fourneau et sangler tout en mélangeant pour faciliter le refroidissement

Du sel sur les glaçons pour abaisser le point de congélation

**(confirmation Benoit et Serge ??)**

Réserver